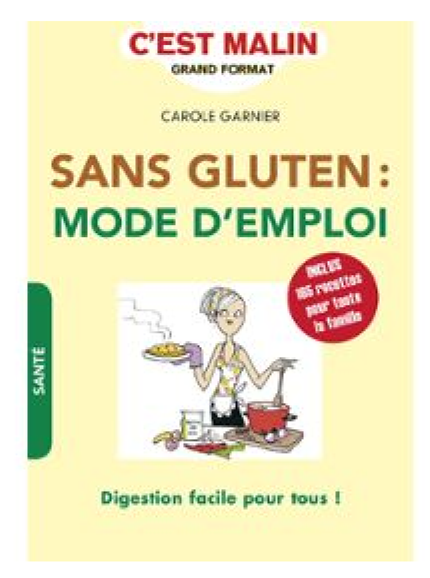


- Auteur(s) : Carole Garnier
- Langue : Français
- Parution : 16/03/2015
- Format : ePub
- Type de DRM : Kobo, Adobe
- Compatibilité : Liseuse, Android Tablette, Android Smartphone, Ipad, iPhone, Mac OS, Windows



Sans gluten : mode d'emploi, c'est malin - télécharger ou lire un livre

lire un livre en ligne - Que vous soyez coeliaque ou que vous ayez simplement envie de limiter votre consommation de gluten pour mieux digérer, votre but est le même : modifier votre alimentation en gardant le plaisir de manger et de cuisiner. Dans ce livre, découvrez vite :

Le mode d'emploi de l'alimentation sans gluten : où faire ses courses, comment repérer le gluten sur les étiquettes des aliments ou des cosmétiques.
Les aliments incontournables pour cuisiner sans gluten : farine de châtaigne, flocons de céréales, riz, sarrasin...
Les trucs et astuces pour cuisiner sans gluten : réaliser des gâteaux, des crêpes gourmandes, des pains moelleux...
10 journées de menus malins pour toutes les occasions !
165 recettes pour toute la famille, et même des formules de cosmétiques sans gluten à faire soi-même.
En bonus, téléchargez 15 menus « 100 % kids » dédiés aux bouts de chou !. Sans gluten : mode d'emploi, c'est malin - Ou télécharger Sans gluten : mode d'emploi, c'est malin.

telecharger livre en epub - 05.06.2015, 23:44:51 - pdf, epub, livre, entier
tags: telecharger, livre, francais, pdf, mac, windows, android.